

خانه سرد، فشار خون را بالا می‌برد

پژوهشگران انگلیسی در بررسی جدید خود دریافتند کاهش دمای خانه می‌تواند سطح فشار خون را افزایش دهد.



پژوهشگران انگلیسی در بررسی جدید خود دریافتند کاهش دمای خانه می‌تواند سطح فشار خون را افزایش دهد.

به گزارش ایسنا و به نقل از دیلی‌ان‌میل، پژوهشگران ادعا می‌کنند زندگی کردن در یک خانه سرد، فشار خون را افزایش می‌دهد.

در پژوهش جدیدی که در "کالج دانشگاهی لندن" (UCL) انجام شد، داوطلبان در خانه‌هایشان مورد بررسی قرار گرفتند و مشخص شد که با کاهش دما، سطح فشار خون بالا می‌رود.

دانشمندان این گروه به سرپرستی دکتر "استفان جیوراج" (Stephen Jivraj) باور دارند که میلیون‌ها بیمار می‌توانند با بالا بردن دمای خانه، فشار خون خود را تنظیم کنند. آنها ادعا می‌کنند که نگه داشتن دمای خانه، تا حداقل 21 درجه سانتی‌گراد (70 درجه فارنهایت) برای سلامت عمومی بدن مفید خواهد بود.

در این پژوهش، پرستاران، فشار خون 4659 بیمار را در خانه‌هایشان بررسی کردند و ارتباط قابل توجهی میان دمای داخلی منزل و فشار خون افراد یافتند. آنها متوجه شدند که با کاهش دمای خانه، سطح فشار خون افراد بالا می‌رود.

جیوراج گفت: پژوهش ما می‌تواند دلیل افزایش مرگ و میر ناشی از سکته و بیماری قلبی در زمستان را توضیح دهد. این پژوهش نشان می‌دهد علاوه بر داشتن رژیم غذایی و سبک زندگی سالم، گرم نگه داشتن فضای خانه نیز می‌تواند در کاهش فشار خون موثر باشد.

یافته‌های این پژوهش، در مجله "Journal of Hypertension" به چاپ رسید.